

# HEALTH SWIM in TAKAOKA



令和元年度

## 夏休み短期ジュニア教室

### 受講生募集

受付開始

### 7月13日(土)

午後1時から

受付場所 2階エントランス



### 短期ジュニアスイム



1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回
7/24	7/25	7/26	7/29	7/30	7/31	8/1

### 短期ジュニアスイム



1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回
8/7	8/8	8/9	8/19	8/21	8/22	8/23

7 JULY

8 AUGUST

日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
・	1	2	3	4	5	6	・	・	・	・	1	2	3
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
28	29	30	31	・	・	・	25	26	27	28	29	30	31

●はAコース開催日

●はBコース開催日

時間 ●各コース 午前9時～10時

対象 ●小学1～4年生 初心者

定員 ●各コース 30名

目標 ●少しでも長く上手に泳ぐことができるように頑張る

講師 ●日本スポーツ協会公認水泳上級指導員 他

受講料 ●各コース 5,000円

※受講料には、傷害保険も含まれております。

申込み  
問合せ先

(公財)富山県体育協会  
富山県高岡総合プール

☎0766-28-1166

■申込書を記入の上、受講料を添えてお申し込みください。

■代理の方による申し込みは受け付けておりません。

■多くの方に受講していただくため、1人1コースのみの受講となります。

■定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

# 7月・8月のプール利用について

## 25mプール

- ★ 7/1㊸～5㊸ … 保守点検のため一般開放はありません。
- ★ 7/6㊸・7㊸ … 富山県水泳選手権大会のため一般開放はありません。
- ★ 7/12㊸ … 高岡市立高岡西部中学校水泳実習のため、9:00～12:30まで一般開放はありません。
- ★ 短期教室開催のため、以下の日は、1・8コース(ウォーキング)は9:00～10:00まで利用できません。  
【利用できない日】 7/24㊸・7/25㊸、8/1㊸・8/8㊸・8/21㊸・8/22㊸
- ★ 7/27㊸ … 夏季短水路記録会のため一般開放はありません。
- ★ 7/28㊸ … 富山県民体育大会のため一般開放はありません。
- ★ 8/10㊸ … 高岡市新人記録会のため9:00～12:00まで一般開放はありません。



## 50mプール

- ★ 7/6㊸・7㊸ …  
富山県水泳選手権大会のため一般開放はありません。
- ★ 7/28㊸ …  
富山県民体育大会のため一般開放はありません。

利用者の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力いただきますようよろしくお願いいたします。

## トレーニング室 夜間 延長営業

トレーニング室に限り、  
**夜 22:00 まで**  
**延長営業**します!!

7・8月の土曜含む平日(火曜日を除く)



※富山県総合体育センター、富山県西部体育センターは**21:00閉館**です。ご注意ください。

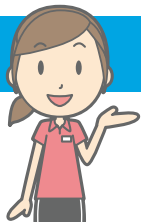
9月16日(月) 敬老の日  
**開催!!**

## スポーツフェスティバル 2019



今年も  
人気体験教室  
やります!!

カヌー体験  
ボクシング体験



## 新教室 紹介

### 富山県高岡総合プール教室事業

富山県高岡総合プールでは、ジュニアから高齢者までの幅広い年代の方々を対象に、スポーツに関心のある方やダイエット目的など、利用者皆様のニーズに応じた各種教室を開催しております。

今回は、2019年度より3つの新しい教室が加わりましたので、ご紹介させていただきます。

各教室は、見学及び受講申し込み可能ですので、興味を持たれた方は、事務局までご連絡ください。

➔ TEL 0766-28-1166

### 水中ウォーク&アクアビクス

毎週木曜日 9:30~10:30

好評の水中ウォーキングとアクアビクスを一度に楽しめます。



### コアトレーニング入門

毎週金曜日 19:00~20:00

体の根幹から鍛え上げ、きれいなボディラインを作り上げます。



### 筋力アップ体操教室

毎週金曜日 10:00~11:00

60歳以上の方を対象にした、筋力アップを目指す教室です。



## 赤十字水上安全法講習会



4月23日(火)に、赤十字水上安全法講習会を実施し、水の事故から人命を守るため、泳ぎの基本と自己保全、事故防止、溺れた人の救助、応急手当などの知識と技術を学びました。

# 2019. 7月～9月 利用予定表

(6/28現在) ※変更となる場合があります。



## 7・8月 営業時間

50mプール	9:00～17:00
25mプール	9:00～21:00
トレーニング室	9:00～22:00 <b>延長営業</b>
火・日・祝	★ 9:00～17:00
※第1・第3火曜日は休館日です。	

## 9月 営業時間

50mプール	9:00～17:00
25mプール	9:00～21:00
トレーニング室	9:00～21:00
日・祝	★ 9:00～17:00
※火曜日は休館日です。	

※25mプールは、月・水・木・金(祝日除く)の12:30～13:30はクリーンタイムのため、入水できません。

日	月	火	水	木	金	土	
7月	1	2	3	4	5	6	
	← 25mプール保守点検 一般開放なし →						県水泳選手権大会 (25・50m開放なし)
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15海の日	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

日	月	火	水	木	金	土	
8月				1	2	3	
	4	5	6	7	8	9	10
	11山の日	12振替休日	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

日	月	火	水	木	金	土	
9月	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16敬老の日 ☆ スポーツフェスティバル (無料開放デー)	17	18	19	20	21
	22	23秋分の日 ☆	24	25	26	27	28
	29	30	☆16日「スポーツフェスティバル」開催日は、16時閉館 ★9月の50m屋外プールの一般開放日は、1㊸・7㊸・8㊸・14㊸・15㊸の5日間です。				

**休館日** 火曜日(火曜日が祝日の場合は、営業いたします)  
年未年始休館日：12/29～1/3

ご不明な際は、当施設までお問い合わせください。

**富山県高岡総合プール**

TEL 0766-28-1166

〒933-0982 富山県高岡市八ヶ88番地の1

URL <http://www.sportsnet.pref.toyama.jp/member/takaokapool/>  
E-mail [takaoka-sougoupool@sportsnet.pref.toyama.jp](mailto:takaoka-sougoupool@sportsnet.pref.toyama.jp)

